

ROZVRH CVIČENÍ

DEŇ 36 - DEŇ 42



36.DEŇ

JÓGA

37.DEŇ

cardio

**CARDIO
MIX 2**

8:15

LIVE

38.DEŇ

sila

BRUCHO 2

39.DEŇ

sila

**SPODOK
TELA**

40.DEŇ

cardio

**TABATA
BRUCHO**

41.DEŇ

sila

VRCH TELA

42.DEŇ

ODPOČINOK